Bunter Salat mit Garnelen

Unser bunter Salat mit Garnelen ist ein köstliches, vitaminreiches Gericht. Das eiweißreiche Low Carb Rezept ist kalorienarm und besonders leicht.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 40 min

Gesamtzeit: 40 min

Zutaten

250 g	Blattsalat Mix
1 Stk.	Gelber Paprika
125 g	Cocktailtomaten
125 g	Radieschen
125 g	Mini-Mozzarella-Kugeln

für das Dressing

2 EL	Weinessig (weiß)
2 EL	Olivenöl extra vergine
1 EL	Zitronensaft
1 Stk.	Zwiebel
	Salz und Pfeffer

für die Garnelen

250 g	Garnelen

1 Stk.	Knoblauchzehe
1 EL	Olivenöl extra vergine
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Der leichte **Bunte Salat mit Garnelen** ist rasch auf den Tisch gezaubert. Dafür den Paprika waschen, putzen und in dünne kleine Streifen schneiden. Cocktailtomaten waschen, vom Stielansatz befreien und vierteln. Radieschen säubern und in feine Scheiben schneiden. Blattsalat-Mix waschen und trocken schleudern.

2. Weinessig zusammen mit dem Olivenöl und Zitronensaft in eine große Schüssel vermischen. Zwiebel schälen, fein hacken und zum Dressing geben. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken. Salatzutaten mit dem Mozzarella hinzugeben und behutsam vermischen.

3. Die Garnelen schälen, waschen und trocken tupfen. Knoblauch schälen und fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Garnelen einlegen und von jeder Seite kurz 2 Minuten zusammen mit dem Knoblauch braten. Nach Belieben salzen und pfeffern. Den Salat auf kleine Schüsseln anrichten und die gebratenen Garnelen darauf verteilen.

Tipp

Ein frisches Baguette oder Knoblauchbrot schmeckt hervorragend zum bunten Salat mit Garnelen.